

マイナンバー制度について



マイナンバー制度に便乗した詐欺に注意!

マイナンバー制度に便乗して、電話や郵便等で個人情報を聞き出そうとする詐欺事件が各地で発生しています。

マイナンバーの通知や利用手続き等で、国や自治体の職員が口座番号、資産状況等を聞くことはありません。

不正な勧誘及び個人情報を聞き出そうとする相手には、十分に気をつけてください。

代理人がマイナンバーを記載する手続きを行う場合

マイナンバーを記載する手続きでは、なりすましや不正な申請を防ぐため、厳格な本人確認が必要となります。代理人による手続きの場合は、次の確認を行います。

- ①申請者本人のマイナンバー確認（申請者本人の通知カードなど）
- ②代理人の身元確認（代理人の運転免許証など）
- ③代理権の確認（法定代理人の場合は戸籍謄本、任意代理人の場合は委任状など）

マイナンバーを記載する手続きで窓口へお越しの際は、必ず上記書類をお持ちください。



代理人のマイナンバー確認と身元確認に必要な書類

①本人の番号確認



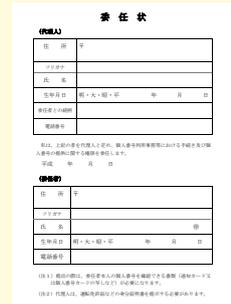
本人の通知カード・個人番号カードなど（写しも可）

②代理人の身元確認



代理人の運転免許証、パスポートなど

③代理権の確認



委任状、本人の健康保険証など

代理人の身元確認のポイント

基本的に顔写真付きのものは1点でかまいませんが、顔写真がないものは2点必要となります。

- 1点で身元確認できるもの 運転免許証、運転経歴証明書、パスポート、身体障害者手帳、在留カード、顔写真付きの精神障害者保健福祉手帳、療育手帳、特別永住証明書など
- 2点で身元確認できるもの 公的医療保険の被保険者証、年金手帳、児童扶養手当証明書、特別児童扶養手当証書など

問合せ／総合政策課地域政策担当（内線2217）

通知カードの受け取りについて

マイナンバーの通知カードは、住民票の住所へ世帯主宛での簡易書留として昨年11月末までに郵送しています。配達時の不在や転居、住民票の住所とお住まいの住所に相違がある場合は、郵便局から戻され、役場で保管しています。お手元に届いていない方は、お早めにお問合せください。

なお、**通知カードの受け取りには、下記の本人確認書類が必要**です。

- 受取窓口 別海町役場 町民課 お客様カウンター

※平日の午後5時30分以降の受け取り、又は各支所での受け取りを希望する場合は、事前にお問合せください。

- 1点で本人確認できるもの 運転免許証、パスポート、身体障害者手帳、在留カードなど
- 2点で本人確認できるもの 健康保険証、年金手帳、医療受給者証など

問合せ／町民課戸籍年金担当（内線1222～1225）

別海町子育て支援センター

「はみんぐ」

2月の予定



『はみんぐ』は、子育て中の親子の交流、子育てに関する情報、地域の子育て関連情報の提供の場として、いつでも気軽に利用できる施設です。

子育ての不安や悩みの相談（木曜日・予約制）も受け付けています。

スタッフが親身になってお話を伺いますので、お気軽にご連絡ください。

お知らせ

はみんぐセミナー
(9日)午前11時から11時30分は『バレンタイン工作』です。
簡単なプレゼント作りをしてみませんか。たくさんの方の参加をお待ちしています。

「はみんぐ」1週間のスケジュール

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
10:00~11:30	午前・午後 自由に遊べます	はみんぐひろば	赤ちゃんひろば	個別相談 (予約制)	ひよこはみんぐ
13:00~16:00		自由に遊べます	自由に遊べます	自由に遊べます	自由に遊べます

今月のこにちは『はみんぐ』

西春別	4日(木) 10:00~11:30	西児童館	受け入れ人数に限りがあるため 予約制とさせていただきます。
尾岱沼	25日(木) 10:00~11:30	東公民館	

問合せ/子育て支援センター「はみんぐ」 別海寿町1番地 中央児童館内
TEL・FAX 75-1828 Eメール hamingu@aurens.or.jp

子育て支援センター及び児童館へのご意見・ご要望などがありましたら、児童館または福祉課こども・子育て担当（内線 1313・1314）までお願いいたします。

母子健康センター からのお知らせ



★インファントマッサージ教室

オイルを使用したマッサージです。
お母さんと赤ちゃんの絆を深めます。

時間 午前10時30分から
11時30分頃まで

対象 1歳未満のお子さん

料金 町内に住所のある方
1回 ……1,000円/回

その他…2,000円/回

3月コース

全4回

★3月3日

★3月10日

★3月17日

★3月24日

申込締切は
2月15日

★インファントマッサージ教室おさらい会

これまで教室に参加された1歳未満のお子さんとお母さんを対象におさらい会を開催します。

※申込状況により、次回に回っていただく場合もあります。

●開催日 3月31日(木)午前10時30分から

申込締切は
3月22日

★母乳外来のご案内

母乳分泌促進や乳腺炎への対応、断乳の相談に、ぜひ母子健康センターの母乳外来をご利用ください。(要予約)

毎週月曜日、火曜日、金曜日の週3回、予約を受け付けております。

料金 町内に住所のある方…1,000円/回
その他…2,000円/回

★母子健康手帳の交付

病院で分娩予定日が確定し、母子健康手帳の交付を受けよう言われた方は、交付日程を調整しますので、事前に電話連絡をお願いいたします。

また、手帳の交付にはマイナンバーの記載等が必要です。個人番号カードをお持ちの方は個人番号カードを、お持ちでない方は通知カードと運転免許証等の写真付きの身分証明になるものをお持ちください。不明な点がございましたら、お問合せください。

母子健康センターでは、24時間電話相談を受け付けています。妊娠中から赤ちゃんの事など困った時は、いつでもご利用ください。

問合せ/母子健康センター

TEL 75-2262 FAX 75-0337



保健センター
からの
お知らせ

2・3月の
母子保健
業務予定



月	日	曜日	予定内容	場 所	時 間
2月	10	水	乳 幼 児 相 談	尾岱沼地域センター	10:00~11:00(受付)
	16	火	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:00(受付)
	17	水	離 乳 食 教 室	町民保健センター	10:30~12:00
	18	木	1 歳 6 か 月 児 健 診	町民保健センター	9:15~10:00(受付)
			3 歳 児 健 診	町民保健センター	
			4 か 月 健 診	町民保健センター	12:50~13:00(受付)
			★予定人数のばらつきにより、今月は午前中に1歳6か月児健診と3歳児健診、午後には4か月健診を実施します。必ず3週間前に発送される案内をご確認ください。		
	19	金	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00~11:30/13:00~14:00(受付)
	24	水	1歳3か月歯磨き教室	町民保健センター	10:00~11:30
	25	木	5 歳 児 相 談	町民保健センター	9:15~9:30(受付)
フ ッ 素 塗 布			西春別ふれあいセンター	10:00~11:30/13:00~14:30	
26	金	フ ッ 素 塗 布	町民保健センター	9:30~11:30/13:00~15:30	
3月	4	金	5 歳 児 相 談	町民保健センター	9:15~9:30(受付)
	9	水	乳 幼 児 相 談	西春別ふれあいセンター	10:00~11:00(受付)
	10	木	乳 幼 児 相 談	町民保健センター	9:00~11:30(受付)
	15	火	離 乳 食 教 室	町民保健センター	10:30~12:00
	16	水	4 か 月 健 診	町民保健センター	12:50~13:00(受付)
			1 歳 6 か 月 児 健 診	町民保健センター	9:15~9:45(受付)
	17	木	3 歳 児 健 診	町民保健センター	13:00~13:30(受付)
			フ ッ 素 塗 布	尾岱沼地域センター	10:00~11:00
	24	木	フ ッ 素 塗 布	尾岱沼地域センター	10:00~11:00
25	金	フ ッ 素 塗 布	町民保健センター	9:30~11:30/13:00~15:30	

- ◆ 2月の4か月健診対象者 対象者には個別に通知します ◆ 2月の1歳6か月児健診対象者 平成26年7月生まれのお子さん
- ◆ 2月の3歳児健診対象者 平成25年1月生まれのお子さん ◆ 2月の5歳児相談対象者 平成23年1月生まれのお子さん
- ◆ 2月のマタニティクラス対象者 平成28年6月から7月出産予定の方

元気未来っ子 ちひっこ 1歳6か月児

()内は保護者名
※希望された方を掲載
しています。



大山 蒼太くん
(晋作)



小椋 心珠ちゃん
(哲也)



木下 大雅くん
(恭平)



加藤わかなちゃん
(信宏)



佐藤 蒼くん
(孝)



森重 玲菜ちゃん
(秀之)



鈴木 海璃くん
(雄輔)



和田 衣織ちゃん
(恭平)



村松 豊くん
(宏)

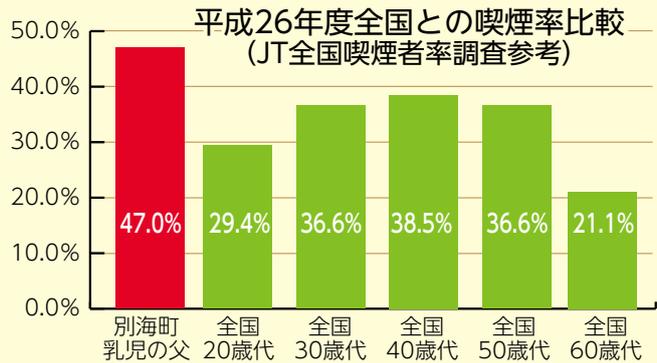


森重 太陽くん
(信洋)

町の保健室 子どもの受動喫煙の害について

平成26年度別海町の乳児健診の調査結果で、子どものお父さんの喫煙率は47%となりました。図のように全国と比較しても別海町の喫煙率は高い状況です。

喫煙は、吸っている本人に害があることはもちろん、周囲の人が煙を吸う「受動喫煙」も多くの悪影響を及ぼします。タバコの煙に含まれている化学物質の中には、人体に有害であると言われているものがあり、特に発達の途中である子どもには、深刻な影響を与えます。



●受動喫煙によっておこると報告されている子どもの病気の例

中耳炎 気管支喘息 呼吸器感染症 呼吸機能の低下 小児がん 言語能力の低下
 落ち着きのなさ 身体発育の低下 歯肉の着色

出典Mackay, J. et al.: The tobacco atlas 2nd. ed. American Cancer Society : 37, 2006
 喫煙と健康問題に関する検討会編：新版 喫煙と健康 保健同人社：200, 2002

子どもは、タバコの煙が有害であることを知りません。親や祖父母が喫煙者であれば、病気になるリスクが高くなります。ベランダや換気扇で吸っていれば大丈夫と思っていても、室内に煙が流れたり、喫煙直後の口や肺に煙が残っていることがあります。

子どものためにも、自分自身のためにも、ぜひ、禁煙を試みていただければと思います。

町立別海病院では毎週水曜日に予約制の禁煙外来を実施しています。詳細は、今月の広報25ページをご確認ください。

【問合せ】 別海町民保健センター TEL 75-0359 FAX 75-0337
 Eメール hoken@betsukai.jp

こころの健康相談

町民保健センターでは、
 町民を対象に、臨床心理士による
 「こころの健康相談」
 を行っています。

2月予定 (予約が必要です。)

4日(木) 13:00~17:00
 17日(水) 13:00~17:00
 24日(水) 13:00~17:00

相談は
 無料
 です

3月予定 3日(木)・10日(木)・24日(木)
 13:00~17:00

誰かに話すことで気持ちが楽になったり、
 考えが整理されたりすることがあるはずです。
 お気軽にご相談ください。

こんなことで悩まれている方はいませんか？

- この頃気分が落ち込んで元気が出ない……
- 最近なぜか不安でたまらない……
- 家族や友人にこころの病気と言われたけど、本当に病気かな？
- 家族や職場の悩みを誰かに相談したい…… などなど

困ったときの相談窓口～かけがえのない命を守るために～

■死にたい気持ちについての相談窓口

- 北海道いのちの電話 011-231-4343 (24時間対応)
- 旭川いのちの電話 0166-23-4343 (24時間対応)
- 自殺予防いのちの電話 0120-738-556 (毎月10日のみ8:00~24時間)

*ご本人ではなくても相談できます。

*相談の際、自分の名前は教えなくても大丈夫です。

■借金・多重債務についての相談窓口

- 法テラス 0570-07-8374 [9:00~21:00(月~金)/9:00~17:00(土)]
- 多重債務相談窓口 011-807-5144 [9:00~17:00(月~金)]

■ひきこもり・自死遺族・その他メンタルヘルスについての相談窓口

- 別海町傾聴ボランティア「みえるの会」
 中河 090-1640-8797 佐藤 080-5584-3906

*個人情報・秘密は守られます。

■予約先・相談場所：町民保健センター TEL75-0359 担当：母子保健担当

*すでに精神科・心療内科通院中の方は、主治医の了解を得てからご予約ください。

平成26年4月以降受診されていない方へ

子宮頸がん・乳がん個別検診のお知らせ

町では、子宮頸がんと乳がん検診の費用について助成しています。子宮頸がんは20代から30代、乳がんは40代から60代の女性が最も多くかかるがんといわれています。妊娠や出産にかかわる病気ですので、未受診の方は、ぜひお受けください。

なお、今年度の無料クーポン対象者の方には、昨年5月下旬頃に案内を郵送しています。**無料対象期間は3月31日まで**となっていますので、希望される場合は、お早めにお申込みください。

	子宮頸がん検診			乳がん検診	
対 象	20歳以上の別海町民女性 平成8年3月31日以前生まれで 平成26年4月以降未受診の方			40歳以上の別海町民女性 昭和51年3月31日以前生まれで 平成26年4月以降未受診の方	
検診内容	内診、子宮頸部細胞診 子宮の入り口の表面をこすって細胞をとります。			視・触診、マンモグラフィ検査 乳房をはさみ、レントゲンをとります。	
料 金	20～69歳：1,000円 70歳以上：500円			40～49歳：1,800円 50～69歳：1,500円 70歳以上：750円	
	無料クーポン券対象者、生活保護受給者は無料			無料クーポン券対象者、 生活保護受給者は無料	
検診場所	町立別海病院 産婦人科外来	古野医院 (中標津町)	釧路孝仁会 記念病院 (釧路市愛国)	町立別海病院 外科外来	釧路孝仁会 記念病院 (釧路市愛国)
検 診 日	月～金曜日 8:15～11:00 月・木曜日 12:30～15:00	月・火・木～日曜日 (水・祝日は休診) 10:00～13:00 15:00～17:00	月曜日 9:00～13:00	金曜日 8:15～9:30 月・金曜日 12:30～13:45	月～金 9:00

検診を受診する際に、受診券が必要となります。検診を希望される方は、保健センターへお申込みください。無料クーポン券の対象者確認や昨年度の受診歴などの問合せも対応しています。

成人用肺炎球菌ワクチン予防接種のお知らせ

町では、成人用肺炎球菌ワクチン予防接種の助成をしています。平成27年度の対象となる方は、次の年齢の方で、今までにこのワクチンを接種したことがない方です。

この年齢の方が助成の対象となるのは今年度限りですので、希望者は期限内の接種をお願いします。

■対象年齢	対象期間
65歳	昭和25年4月2日から昭和26年4月1日生まれの方
70歳	昭和20年4月2日から昭和21年4月1日生まれの方
75歳	昭和15年4月2日から昭和16年4月1日生まれの方
80歳	昭和10年4月2日から昭和11年4月1日生まれの方
85歳	昭和5年4月2日から昭和6年4月1日生まれの方
90歳	大正14年4月2日から大正15年4月1日生まれの方
95歳	大正9年4月2日から大正10年4月1日生まれの方
100歳	大正4年4月2日から大正5年4月1日生まれの方

■助成対象期間 3月31日(休)まで

■個人負担額 2,000円 (接種料金8,000円の内、町が6,000円を助成します。)



申込み・問合せ 別海町民保健センター TEL 75-0359 FAX 75-0337
Eメール hoken@betsukai.jp

2月の診療案内

受付時間(午前)8:15 ~ 11:00
(午後)0:30 ~ 3:00
診療開始(午前)9:00 ~
(午後)1:30 ~

病院敷地内は
全て禁煙です。

町立別海病院
☎(代表)75-2311
<http://betsukai.jp/blog/bhp/>



診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	備 考
内 科 院長 西村 進 名誉院長 今村 洋 内科医長 鈴木 英雄	午 前	今 村 西 村	鈴 木	今 村 西 村	西 村 鈴 木	今 村 鈴 木	<ul style="list-style-type: none"> インフルエンザ予防接種を毎週月曜日から木曜日の午後実施中です。 血液・免疫・リウマチ専門外来を金曜日午後(西村院長・予約制)に実施していますので、詳しくはお問合せください。
	午 後	鈴 木	西 村	内科医	今 村	内科医 西村(予約制)	
	夜間診療	-	-	今 村	-	-	
外 科 外科医長 中島 太 外科医長 山田 能之 医師 林 雄三	午 前	林 (整形外来) 中島 (外科外来)	山 田 (外科外来)	中 島 (外科外来)	林 (整形外来) 外科医 (外科外来)	中 島 (外科外来) 北 山 ※12日、19日のみ (整形外来)	<ul style="list-style-type: none"> 整形外来 北山医師の診療日が不定期となります。詳しくは、下記記事をご確認ください。 外科診療については、緊急手術が入ると休診または診療体制変更の可能性がございますので、あらかじめご了承願います。 肛門外来(月曜午後、火曜午前、金曜午後)を実施しています。
	午 後	山 田 (外科外来)	中 島 (外科外来)	甲 斐 (整形外来)	北 山 ※18日のみ (整形外来)	山 田 (外科外来) 北 山 ※12日、19日のみ (整形外来)	
産 婦 人 科 副 院 長 山内 修	午 前	山 内	山 内	山 内	山 内	山 内	<ul style="list-style-type: none"> 午後の診察については、検査が入るとお待たせする場合がありますのでご了承願います。
	午 後	山 内	-	-	山 内	-	
小 児 科 小児科医長 木田 和宏	午 前	木 田	木 田	木 田	木 田	木 田	<ul style="list-style-type: none"> インフルエンザ予防接種を予防接種日に実施しています。また、火・木曜日の予防接種については曜日毎に接種内容が異なりますので、詳しくは、お問合せください。
	午 後	木 田	予防接種	木 田	予防接種	木 田	
精神科・心療内科 医 師 浮田 充	午 前	-	浮 田	-	浮 田	-	<ul style="list-style-type: none"> 原則予約制です。受診については事前にお問合せください。
	午 後	-	浮 田	浮 田	浮 田	-	
	夜間診療	-	-	浮 田	-	-	

出張医による診療科

診療科	日付	時間	担当医師
皮膚科	12日(金)	午前 午後	たかはし 仁美 医師 (札幌医大)
	26日(金)	午前 午後	たかはし 仁美 医師 (札幌医大)
耳 鼻 いんこう科	8日(月)	午前 午後	たかの けんいち 医師 (札幌医大)
	9日(火)	午前	たかの けんいち 医師 (札幌医大)
	22日(月)	午前 午後	おおくに つよし 医師 (札幌医大)
	23日(火)	午前	おおくに つよし 医師 (札幌医大)
神経内科	4日(木)	午後	たち しのぶ 延忠 医師 (札幌医大)

※出張医による診療科は、天候・交通機関等の都合により休診および時間変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

禁煙外来からのお知らせ

禁煙外来を毎週水曜日午前に予約制にて実施しております。詳しくはお問合せください。
TEL 0153-75-2311 (代表)
Eメール kin-en@hp.betsukai.jp

外科外来からのお知らせ

整形外来 北山医師の2月診療日について、下記のとおりお知らせします。

- 診療日
 - 2月12日(金) 午前・午後
 - 2月18日(木) 午後
 - 2月19日(金) 午前・午後

